



Roulade Banoffee

15'

Χρόνος
Εκτέλεσης

15'

Χρόνος
Ψησίματος

8-10

Μερίδες

2

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

Photo credit: G. Drakopoulos - Food Styling: T. Webb

- Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 190° C στον αέρα.
- Στον κάδο του μίξερ ρίχνουμε τις ζάχαρες, τα αυγά και τα χτυπάμε με το σύρμα για 3-4 λεπτά μέχρι να αφρατέψουν αρκετά. Αποσύρουμε από τον κάδο του μίξερ και ανακατεύοντας απαλά με μία σπάτουλα ρίχνουμε το αλεύρι, το μπέικιν πάουντερ, το κακάο και τα θρυμματισμένα αμύγδαλα.
- Παίρνουμε ένα ταψί διαστάσεων 35x25εκ. και μέσα τοποθετούμε λαδόκολλα την οποία έχουμε βουτυρώσει και πασπαλίσουμε με κακάο. Ρίχνουμε το μείγμα μέσα. Ισιώνουμε την επιφάνεια με τη σπάτουλα και ψήνουμε για 12-15 λεπτά.
- Βγάζουμε το παντεσπάνι από τον φούρνο και το αφήνουμε να κρυώσει για 5 λεπτά. Απλώνουμε στον πάγκο εργασίας ένα μεγάλο κομμάτι λαδόκολλας το οποίο πασπαλίζουμε με ζάχαρη και πάνω του τοποθετούμε το παντεσπάνι με την πλευρά που δεν έχει λαδόκολλα. Αφαιρούμε πολύ προσεκτικά τη λαδόκολλα από το παντεσπάνι και τυλίγουμε σε ρολό. Αφήνουμε να κρυώσει εντελώς.
- Στον κάδο του μίξερ χτυπάμε την κρέμα με το σύρμα και μόλις σφίξει προσθέτουμε τη βανίλια και τη σοκολάτα. Αφαιρούμε τον κάδο του μίξερ και αφήνουμε στη άκρη. Προσεκτικά ξετυλίγουμε το παντεσπάνι και το αλείφουμε με [dulce de leche](#) (το οποίο έχουμε ζεστάνει σε ένα κατσαρολάκι σε μέτρια φωτιά έτσι ώστε να ξαναγίνει ρευστό και να απλώνεται εύκολα).
- Κόβουμε τις μπανάνες σε λεπτές κάθετες φέτες και τις απλώνουμε πάνω σε αυτό. Έπειτα απλώνουμε και τη σαντιγί. Κάνουμε ρολό και πασπαλίζουμε με κακάο.

Tip

Μπορείτε να βρείτε έτοιμα καραμελωμένα ζαχαρούχα γάλατα σε μεγάλα σούπερ μάρκετ της αγοράς έτσι ώστε να αποφύγετε τη διαδικασία του καραμελώματος!

Συστατικά

Για παντεσπάνι

- 25 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- 75 γρ. ζάχαρη μαύρη μαλακή
- 3 αβγά
- 40 γρ. αλεύρι γ.ο.χ., κοσκινισμένο
- 15 γρ. κακάο, σε σκόνη, κοσκινισμένο
- 1/2 κ.γ. μπέικιν πάουντερ
- 60 γρ. αμύγδαλα, τριμμένα, χωρίς φλούδα

Για τη γέμιση

- 200 γρ. κρέμα γάλακτος 35%
- 1/2 κ.γ. [εκχύλισμα βανίλιας](#)
- 50 γρ. κουβερτούρα γάλακτος, ψιλοκομμένη
- 225 γρ. [dulce de leche](#)
- 2-3 μπανάνες, ώριμες

Για το αλείμμα της λαδόκολλας

- βούτυρο, λίγο
- κακάο

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

322 Θερμίδες (kcal)	17.0 Λιπαρά (γρ.)	9.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	33.0 Υδατ/κες (γρ.)
16%	24%	45%	13%
29.0 Σάκχαρα (γρ.)	7.1 Πρωτεΐνη (γρ.)	2.2 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.21 Αλάτι (γρ.)
32%	14%	9%	4%